

Pravidla psychoterapeutické skupiny Beneps s.r.o.

Náplní skupinového sezení je **sdílení společných zkušeností** z cesty k dlouhodobé abstinenci od návykových látek

Pravidlo **abstinence**: na skupinu nechodím pod vlivem návykové látky.

Pravidlo **upřímnosti a otevřenosti**, pracuji na svém problému a jsem zde pro ostatní, jsem připraven otevřeně hovořit o svých osobních problémech, potřebách a přáních i o svých pocitech (i negativních) vůči druhým členům skupiny. Zároveň naslouchám sdělením ostatních a poskytuji jim zpětnou vazbu. Neradím, ale hovořím o svých pocitech.

Pravidlo **mlčenlivosti a důvěrnosti** – nevynáším žádné informace ze skupiny, respektuji důvěrnost sdělovaných informací. Je důležité, abyste o věcech, o kterých se ve skupině dozvíte o ostatních nehovořili mimo skupinu ani mezi sebou a abyste nenavazovali přátelské ani partnerské vztahy s dalšími členy skupiny. Skupina Vám pak totiž nemůže být příliš prospěšná a další členové ztrácejí bezpečí. Pokud však vztah navzdory pravidlům vznikne, je třeba oznámit vzniklou situaci na skupině a aktivně ji řešit. Ve skupině pak zpravidla zůstává pouze jeden z dvojice, druhému je nabídnuto jiné vhodné řešení. Obdobně je třeba řešit situaci, pokud do skupiny přichází další člen, známý někomu z dosavadních členů skupiny zvenčí.

Pravidlo říci **STOP** – pravidlo, které dovoluje nemluvit v situaci, kdy narazím ve skupině na témata, o kterém nemůžu, nechci či nezvládám mluvit. Tato témata je případně možnost sdílet v rámci individuální terapie v naší ambulanci.

Dodržuji pravidlo **společenské komunikace**, nejsem vulgární, nepřerušuji druhé členy skupiny. Nikdy nehovořím s někým současně nebo dokonce potichu, aby mé sdělení neslyšeli všichni. Nenarušuji hovor jinými činnostmi. Vyzvánění svého telefonu v průběhu skupiny ošetřím (zamezím).

Dodržuji časový rámec skupiny, to znamená dochvilnost příchodu i odchodu ze skupiny. Pozdní příchod na skupinové sezení domlouvám pouze telefonicky před zahájením skupiny a výjimečný předčasný odchod je možné domluvit pouze při zahájení skupiny.